

*Д.Н. Пригодич, аспирант**И.Ю. Костючик, старший преподаватель**А.В. Лукьяненко, студент**Д.Ю. Лейман, ассистент кафедры физической культуры и спорта**Научный руководитель – В.Ю. Давыдов, д.б.н., профессор**Полесский государственный университет*

**Введение.** Среди суммы показателей, определяющих достижения в различных видах спорта, кроме физической, морально–волевой, функциональной подготовленности спортсменов, прочное место занимают показатели морфологического соответствия виду спорта. По мнению В.Б. Иссурина [2, с. 157–159], влияние показателей телосложения на технику гребли у юных спортсменов значительно сильнее выражено, чем у взрослых. Это связано с менее совершенной техникой и большей зависимостью юных спортсменов от показателей телосложения, от их биологического возраста.

Как показывают исследования, особенности телосложения оказывают существенное влияние на формирование индивидуального стиля гребли [3, с. 6–11], на совершенствование техники гребковых движений [5, с. 55–65], физическую работоспособность атлетов и их спортивные достижения [4, с. 87].

**Задачей настоящего исследования** являлось изучение типов конституции (соматотипов) спортсменов с целью отбора и ориентации в академическую греблю.

**Методика и организация исследования.** Обследовано 275 спортсменов от новичка до мастера спорта Республики Беларусь (таблица 1). Обследования проводились на спортивных базах г. Пинска, г. Бреста и г. Мозыря.

Таблица 1 – Распределение спортсменов, занимающихся академической греблей по возрасту, стажу и квалификации

Возраст	n	Спорт. стаж (лет)	Квалификация						
			б/р	2 юн	1 юн	2 взр	1 взр	КМС	МС
10	4	3,00	3	–	1	–	–	–	–
11	15	2,50	11	–	3	1	–	–	–
12	18	4,75	–	–	4	7	5	2	–
13	16	5,00	–	–	4	6	4	2	–
14	29	5,50	12	4	4	1	7	1	–
15	39	6,40	5	8	8	2	13	3	–
16	45	6,50	1	11	8	4	10	10	1
17	24	7,0	1	–	2	2	10	4	5
18	27	7,5	–	–	2	–	5	11	9
19	28	7,70	1	–	1	–	2	14	10
20	30	8,20	–	–	–	–	–	15	15
Σ	275		34	23	37	23	56	62	40

Для оценки типов конституции (соматического типа) спортсменов использовалась схема Р.Н. Дорохова [1, с. 3–17]. В основу диагностики соматического типа детей и подростков лег учет раз-

вития тотальных размеров тела (длины и массы тела), которые характеризуют физическое состояние детей, а также стадии формирования вторичных половых признаков. Оценка соматотипа основана на определении в баллах длины и массы тела по внутригрупповой шкале для каждой возрастной группы. Сумма баллов, полученная в результате оценки длины и массы тела позволяет выделить три основных типа развития по габаритам испытуемых: микросоматический тип – обозначение «МиС» сумма баллов от 4 до 8; мезосоматический тип – «МеС», сумма баллов от 8,5 до 11,5; макросоматический тип – «МаС», сумма баллов от 12 до 16 и выше. Между основными соматическими типами выделяют переходные «МиМеС» – (микро–мезосоматический тип), сумма баллов 8–8,5, а также «МеМаС» – (мезо–макросоматический тип) сумма баллов 11,5–12.

**Результаты исследования.** В таблице 2 представлено распределение типов конституции (соматических типов) среди обследованных нами спортсменов, занимающихся академической греблей, по возрастным группам.

Спортсмены, занимающиеся академической греблей во всех возрастных группах, в основном, представлены макросоматическим типом «МаС» от 14 до 20 лет (с 65% до 100%), мезосоматический тип «МеС» имеет обратную тенденцию распределения частоты встречаемости в этом возрастном интервале (с 21% до 0%). Встречаемость переходного мезо–макросоматического типа «МеМаС» увеличивается к 14–15 годам, а затем снижается к 18 годам до 0% и в дальнейшем не встречается.

Таблица 2 – Распределение соматических типов спортсменов занимающихся академической греблей по возрастам

Возраст, лет	n	MaC		MeC		MeMaC	
		n	%	n	%	n	%
10	4	–	0,00	2	50,00	2	50,00
11	15	4	26,66	10	66,67	1	6,67
12	18	8	44,44	9	50,00	1	5,56
13	16	5	31,25	11	68,75	–	0,00
14	29	19	65,52	6	20,69	4	13,79
15	39	24	61,54	7	17,95	8	20,51
16	45	28	62,22	9	20,00	8	17,78
17	24	19	79,16	4	16,67	1	4,17
18	27	25	92,59	2	7,41	–	–
19	28	28	100,0	–	–	–	–
20	30	30	100,0	–	–	–	–
<b>Σ</b>	<b>275</b>	<b>190</b>	<b>69,09</b>	<b>60</b>	<b>21,81</b>	<b>25</b>	<b>9,10</b>

В таблице 3 представлено распределение спортсмены разных типов с учетом их биологического типа развития.

Спортсмены с отстающим развитием представлены в возрастных группах от 12 до 17 лет. У спортсменов 18–20 лет биологическое развитие завершено. При этом необходимо отметить преобладание ретардированных вариантов развития в возрастных группах 11–13 лет.

Таблица – Распределение спортсменов разных соматотипов занимающихся академической греблей по типам развития

Возраст, лет	n	MaC			MeC			MeMaC		
		норм		отст	норм		отст	норм		отст
		n	n	%	n	n	%	n	n	%
10	4	–	–	–	2	–	–	2	–	–
11	15	4	–	–	10	–	–	1	–	–
12	18	7	1	12,50	5	4	22,22	1	–	–
13	16	3	2	12,50	5	6	37,50	–	–	–
14	29	17	2	6,90	5	1	3,44	4	2	6,98
15	39	16	8	20,51	4	3	7,69	5	3	7,69

16	45	19	9	20,00	8	1	2,22	4	4	8,88
17	24	16	3	12,50	3	1	4,17	1	—	—
18	27	25	—	—	2	—	—	—	—	—
19	28	28	—	—	—	—	—	—	—	—
20	30	30	—	—	—	—	—	—	—	—

**Заключение.** У спортсменов специализирующихся в академической гребле преобладает макросоматический тип «МаС» (69,09%), которые рекомендуются при начальном отборе в академическую греблю. Резервом при отборе являются спортсмены переходного мезо–макросоматического типа «МеМаС», которые отличаются некоторым отставанием биологического развития. Микросоматический тип «МиС» отсутствует во всех возрастных группах.

У спортсменов, занимающихся академической греблей в возрасте 11–13 лет отмечается преобладание ретардированных вариантов развития.

#### **Список использованных источников**

1. Дорохов, Р.Н. Алгоритм оценки соматического типа детей и подростков для ориентации в видах спорта / Р.Н. Дорохов // Метод. письмо. – Смоленск: СГИФК, 1980. – 21. – С.169.
2. Иссурин, В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки: монография /В.Б. Иссурин. – М.: Советский спорт, 2010. – 288с.
3. Жмарев, Н.В. Факторы, определяющие рост спортивных результатов в гребле. Тренировка гребца / Н.В. Жмарев. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – С.6–11.
4. Мартиросов, Э.Г. Соматический статус и спортивная специализация: Автореф. дис. ... д-ра биол. наук в виде научного доклада / Э.Г. Мартиросов. – М., 1998. – 87с.
5. Шведов А.М. Кратко о современных основах техники академической гребли // Гребной спорт: Ежегодник. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – С.55–65